



## **Política de bienestar escolar**

Las Escuelas Charter Para Los Niños (PLN) están comprometidas a proporcionar ambientes escolares que promuevan y protejan la salud, el bienestar y la capacidad de aprender de los niños, apoyando la alimentación saludable y la actividad física. La Junta Directiva de PLN reconoce el vínculo entre la salud y el aprendizaje de los estudiantes y desea proporcionar un programa integral que promueva la alimentación saludable y la actividad física para los estudiantes de PLN.

PARA APOYAR ESTO; PLN SE COMPROMETE A:

- Implicar a estudiantes, padres, profesores, profesionales de los servicios alimentarios, profesionales de la salud y otros miembros interesados de la comunidad en el desarrollo, la aplicación, el seguimiento y la revisión de las políticas de nutrición y actividad física de las escuelas concertadas.
- Garantizar que todos los alimentos y bebidas que se vendan o sirvan en las escuelas concertadas durante el horario escolar cumplan los requisitos nutricionales mínimos de acuerdo con las directrices del programa "Smart Snacks in Schools" (SSIS) del USDA.
- Garantizar que un profesional cualificado en nutrición infantil supervise al personal de la cafetería para que se proporcione a los alumnos una variedad de alimentos asequibles, nutritivos y apetecibles que satisfagan las necesidades de salud y nutrición de los estudiantes. Acomodar la diversidad religiosa, étnica y cultural del alumnado en la planificación de las comidas.
- Garantizar que la documentación actual de las restricciones alimentarias ordenadas por un médico se aplique a diario.
- Proporcionar un entorno limpio, seguro y agradable y un horario adecuado para que los alumnos coman.
- Ofrecer programas de educación nutricional y educación física para fomentar hábitos de alimentación sana y actividad física para toda la vida.

PARA ALCANZAR ESTOS OBJETIVOS POLÍTICOS:

### **Consejos de Administración y Comités**

Los consejos de gobierno de las Escuelas Charter PLN tales como; finanzas, instalaciones, gestión de riesgos; junto con los comités escolares; currículo e instrucción, consejos de padres y red comunitaria de socios desarrollarán, implementarán, supervisarán, revisarán y modificarán según sea necesario las pólizas de nutrición escolar y actividad física según sea pertinente a las obligaciones de cada consejo o comité.

Un Equipo de Bienestar Escolar compuesto por un profesional cualificado en nutrición infantil, profesores, administradores, personal de educación física, enfermera escolar, personal de la cafetería y psicólogo escolar u otro

Los miembros del personal de educación especial se reunirán a lo largo del año para desarrollar, revisar, supervisar y aplicar políticas escolares de nutrición y actividad física. Se animará a los padres, a los miembros de la comunidad y a otros miembros del público a participar en el Equipo de Bienestar Escolar.

### **Servicio alimentario/Programa de nutrición infantil**

El Consejo de Administración reconoce que los alumnos necesitan una alimentación adecuada y nutritiva para crecer, aprender y mantener una buena salud. Las celebraciones en el aula deben fomentar las elecciones saludables y el control de las porciones.

Los padres y las familias deben recibir orientación de la escuela sobre los alimentos apropiados para tales celebraciones. Reconoce además que importantes investigaciones indican una relación positiva entre una nutrición adecuada y el aprendizaje que se traduce en el éxito académico.

Las Escuelas Charter PLN, según los recursos disponibles, proporcionarán los recursos adecuados (personal, equipos, mantenimiento continuo y tecnología) para aplicar esta póliza.

Todos los empleados de las escuelas apoyarán la aplicación de ésta y otras políticas relacionadas.

Se animará a los padres/tutores a apoyar los esfuerzos de educación nutricional de la escuela teniendo en cuenta la calidad nutricional a la hora de seleccionar cualquier tentempié que puedan donar para eventos especiales ocasionales.

Los miembros del Equipo de Bienestar Escolar se reunirán anualmente para revisar la aplicación de estas políticas y normativas. Posteriormente, el Vicepresidente de Éxito Estudiantil presentará un informe anual a la Junta Directiva.

### **Calidad de los alimentos**

El Vicepresidente de Éxito Estudiantil o la persona designada se asegurará de que las comidas ofrecidas por el programa de servicio alimentario de la escuela cumplan todos los requisitos legales para participar en los programas de Almuerzo Escolar Nacional y Desayuno Escolar.

El Vicepresidente de Éxito Estudiantil o su designado se asegurará de que las ventas de alimentos por parte de grupos relacionados con la escuela y el uso de máquinas expendedoras cumplan con la ley estatal y federal y no perjudiquen la participación de los estudiantes en el programa de servicio de alimentos de la escuela.

Los procedimientos de saneamiento y seguridad deberán cumplir con los requisitos de la Ley Uniforme de Instalaciones de Venta Minorista de Alimentos de California, según lo establecido en el Código de Salud y Seguridad 113700-11445.

Todos los alimentos disponibles para los estudiantes en las instalaciones de las Escuelas Charter PLN durante el horario escolar, incluidos los alimentos vendidos por el Departamento de Servicios Alimentarios, a través de máquinas expendedoras y por ventas de los estudiantes, cumplirán o superarán las normas nutricionales establecidas por las directrices estatales/federales.

Todos los alimentos disponibles para los alumnos durante el horario escolar deberán ser:

1. Seleccionados de forma que contribuyan al bienestar nutricional del alumno y a la prevención de enfermedades.
2. Preparados de forma que resulten atractivos para los alumnos, conserven la calidad nutritiva y fomenten hábitos alimentarios saludables para toda la vida.
3. Se ha demostrado que ofrece una variedad de opciones saludables en todos los sitios, incluidas las favoritas étnicas y culturales.

Los alumnos participarán en la selección, degustación y comercialización de alimentos saludables que atraigan a los estudiantes.

Las opciones alimentarias saludables (frutas y verduras frescas, cereales integrales, productos lácteos) deben promoverse en las actividades escolares en las que participen el personal, los alumnos y la comunidad.

### **ALIMENTOS Y BEBIDAS VENDIDOS INDIVIDUALMENTE**

(es decir, alimentos vendidos fuera de las comidas escolares reembolsables, como a través de recaudaciones de fondos, eventos para recaudar fondos, etc.)

Un profesional calificado en nutrición supervisará y proporcionará directrices para todas las ventas de alimentos y bebidas, incluyendo las recaudaciones de fondos y las recompensas. Las Escuelas Charter PLN se asegurarán de que los alimentos y bebidas utilizados para la recaudación de fondos y las recompensas cumplan, como mínimo, los requisitos nutricionales establecidos por Smart Snacks. Todos los alimentos utilizados para recaudar fondos que se vendan desde la medianoche hasta 30 minutos después del horario escolar cumplirán con los requisitos de Smart Snacks. Todas las actividades de recaudación de fondos son aprobadas y supervisadas por la Escuela. El objetivo de Smart Snacks es mejorar la salud y el bienestar de los alumnos, aumentar el consumo de alimentos saludables durante la jornada escolar y crear un entorno que refuerce el desarrollo de hábitos alimentarios saludables. Encontrará un resumen de las normas e información en:

<https://fns-prod.azureedge.us/sites/default/files/resource-files/smartsnacks.pdf>

### **Recompensas y celebraciones**

Los colegios subvencionados PLN no utilizarán alimentos o bebidas, especialmente aquellos que no cumplan las normas de nutrición para alimentos y bebidas que se venden individualmente, como recompensa por el rendimiento académico o el buen comportamiento y no retendrán alimentos o bebidas (incluidos los alimentos servidos a través de las comidas escolares) como castigo. Las Escuelas Charter PLN limitarán las celebraciones que incluyan comida durante la jornada escolar a no más de una fiesta por clase al mes. Cada fiesta no debe incluir más de un alimento o bebida que no cumpla con las normas de nutrición para alimentos y bebidas vendidos individualmente (arriba). PLN difundirá una lista de ideas de fiestas saludables entre padres y profesores.

### **Comercialización de alimentos y bebidas en las escuelas**

Las Escuelas Charter PLN se comprometen a proporcionar un entorno escolar que garantice oportunidades para que todos los estudiantes practiquen conductas saludables de alimentación y actividad física a lo largo de la jornada escolar, minimizando al mismo tiempo las distracciones comerciales. Las Escuelas Charter

PLN se esfuerzan por enseñar a los estudiantes a tomar decisiones informadas sobre nutrición, salud y actividad física. Estos esfuerzos se debilitarán si los estudiantes están sujetos a la publicidad en la propiedad de PLN que contiene mensajes inconsistentes con la información de salud que las Escuelas Charter PLN están impartiendo a través de la educación nutricional y los esfuerzos de promoción de la salud. Es la intención de las Escuelas Charter de PLN proteger y promover la salud de los estudiantes permitiendo la publicidad y el mercadeo sólo para aquellos alimentos y bebidas que están permitidos para ser vendidos en el campus escolar consistente con la Póliza de Bienestar de PLN.

### **Acceso de estudiantes**

Los campus de la Escuela Charter PLN se esforzarán por garantizar que cada estudiante tenga acceso a opciones saludables mediante el desarrollo de desayunos y almuerzos gratuitos universales ofrecidos en los centros escolares.

El acceso a la recaudación de fondos a través de la venta de alimentos será equitativo para todas las clases y/u organizaciones estudiantiles.

### **Mantenimiento de un entorno saludable**

El agua potable y las instalaciones para lavarse las manos deben estar convenientemente disponibles para los alumnos en todo momento.

Las escuelas subvencionadas proporcionarán un entorno en el que los comportamientos alimentarios saludables sean la norma y se modelen y refuercen.

Se desarrollará un espacio adecuado en un entorno agradable para que los alumnos puedan animarse a comer un almuerzo nutritivo.

El Vicepresidente de Éxito Estudiantil o la persona designada se asegurarán de que existan prácticas para fomentar el respeto mutuo entre los proveedores de servicios, el personal escolar y los estudiantes.

### **Integrar la actividad física en el aula**

Para que los alumnos reciban la cantidad de actividad física diaria recomendada a nivel nacional de al menos 60 minutos al día y para que los alumnos adopten plenamente la actividad física regular como un comportamiento personal, los alumnos necesitan oportunidades de actividad física más allá de la clase de educación física (120 minutos cada 10 días durante la jornada escolar normal).

Para ello, la educación sanitaria en el aula complementará la educación física reforzando los conocimientos y las habilidades de autogestión necesarios para mantener un estilo de vida físicamente activo y reducir el tiempo dedicado a actividades sedentarias, como ver la televisión; se incorporarán oportunidades para la actividad física en las lecciones de otras asignaturas; y los profesores de aula proporcionarán breves descansos para la actividad física entre lecciones o clases, según proceda.

La Junta de Gobierno reconoce los beneficios de la actividad física para la salud y el rendimiento académico de los alumnos. La Junta desea proporcionar un programa de educación física que fomente el interés y la destreza en las habilidades de movimiento y aliente la buena forma física de los alumnos durante toda su vida a través de la actividad física. Además de promover altos niveles de realización personal y una imagen

positiva de sí mismos, las actividades de educación física deben enseñar a los alumnos a cooperar en la consecución de objetivos.

Los programas de educación física de las escuelas subvencionadas incluirán una variedad de actividades cinestésicas, incluidos los deportes de equipo e individuales, así como formas de movimiento estético, como la danza.

Se proporcionará una actividad alternativa adecuada a los alumnos con una discapacidad física que pueda restringir un esfuerzo físico excesivo.

El personal de educación física limitará adecuadamente la cantidad o el tipo de ejercicio físico exigido a los alumnos durante los episodios de contaminación atmosférica, tiempo caluroso u otras condiciones inclementes.

Exenciones: El Vicepresidente de Éxito Estudiantil o su designado puede conceder una exención temporal de educación física bajo cualquiera de las siguientes condiciones:

1. El alumno está enfermo o lesionado y no se le puede proporcionar un programa modificado para satisfacer su necesidad.
2. El estudiante está matriculado a media jornada o menos.

### **Educación física diaria (P.E.) TK-8**

Todos los alumnos de los grados TK-8, incluidos los alumnos con discapacidades, necesidades especiales de atención sanitaria y en entornos educativos alternativos, recibirán educación física diaria (o su equivalente de 200 minutos para los alumnos de TK- 6th y 400 minutos para los alumnos de 7th grado en adelante, cada diez días durante la jornada escolar normal) durante todo el año escolar.

Los alumnos dedicarán al menos el 50% del tiempo de clase de educación física a participar en actividades físicas de moderadas a intensas.

### **Recreo diario**

Todos los alumnos tendrán al menos 15 minutos al día de recreo supervisado, preferiblemente al aire libre, durante el cual las escuelas deben fomentar la actividad física de moderada a vigorosa verbalmente y mediante la provisión de espacio y equipamiento.

### **Oportunidades de actividad física antes y después de la escuela**

Los programas extraescolares y de enriquecimiento proporcionarán y fomentarán, verbalmente y mediante la provisión de espacio y equipamiento, actividades que promuevan la buena forma física. La recomendación es que un tercio del tiempo diario del programa se destine a periodos de actividad física para todos los participantes. Al menos el 50 % del tiempo asignado a la actividad física debe dedicarse a una actividad física de moderada a vigorosa.

## **Actividad física y castigo**

Los colegios concertados no utilizarán la participación o la no participación en las clases de educación física o en el recreo como forma de castigar o disciplinar a los alumnos.

## **Seguimiento y revisión de políticas**

Los miembros del Equipo de Bienestar se reunirán anualmente para revisar el progreso hacia la implementación de estas políticas y regulaciones y el Vicepresidente de Éxito Estudiantil proporcionará un informe anual a la junta.

El Vicepresidente de Éxito Estudiantil velará por el cumplimiento de esta política. En cada escuela, el director garantizará el cumplimiento de esta política en su escuela e informará sobre el cumplimiento de la escuela al Vicepresidente de Éxito Estudiantil.

## **Evaluaciones trienales del progreso**

Al menos una vez cada tres años, El Equipo de Bienestar evaluará el cumplimiento de la Política de Bienestar para valorar la aplicación de la política e incluir:

- La medida en que las escuelas bajo la jurisdicción de PLN cumplen con la Política de Bienestar;
- Una descripción de los progresos realizados en la consecución de los objetivos de la política de bienestar de PLN.

## **Revisiones y actualización de la política**

El Equipo de Bienestar actualizará o modificará el Póliza de Bienestar basándose en los resultados de los informes anuales de progreso y las evaluaciones trienales, y/o a medida que cambien las prioridades de la RPL; cambien las necesidades de la comunidad; se alcancen los objetivos de bienestar; surjan nuevas ciencias, información y tecnología de la salud; y se emitan nuevas orientaciones o normas federales o estatales. La Póliza de Bienestar será evaluada y actualizada como se indica al menos cada tres años, tras la evaluación trienal.

## **Participación comunitaria, divulgación y comunicación**

Las Escuelas Charter PLN se comprometen a ser receptivas a las aportaciones de la comunidad, que comienzan con el conocimiento de la Póliza de Bienestar. Las Escuelas Charter de PLN comunicarán activamente las formas en que los representantes y otros pueden participar en el desarrollo, implementación y revisión periódica y actualización de la Póliza de Bienestar a través de una variedad de medios apropiados para PLN. Las Escuelas Charter de la PLN también informarán a los padres sobre las mejoras que se han realizado en las comidas escolares y el cumplimiento de las normas sobre comidas escolares, la disponibilidad de los programas de nutrición infantil y cómo solicitarlos, y una descripción y cumplimiento de las normas de nutrición Smart Snacks in School.

De acuerdo con la ley federal de derechos civiles y los derechos civiles del Departamento de Agricultura de EE. UU. (USDA)

regulaciones y políticas, el USDA, sus agencias, oficinas y empleados, e instituciones que participan en o que administran programas del USDA tienen prohibido discriminar por motivos de raza, color, origen nacional, sexo, discapacidad, edad o represalias por actividades anteriores de derechos civiles en cualquier programa o actividad realizada o financiada por el USDA. Las personas con discapacidades que requieran medios alternativos de comunicación para obtener información del programa (por ejemplo, Braille, letra grande, cintas de audio, lenguaje de señas americano, etc.), deben comunicarse con la agencia (estatal o local) donde solicitaron los beneficios. Las personas sordas, con problemas de audición o del habla pueden comunicarse con el USDA a través del Servicio Federal de Retransmisión al (800) 877-8339. Además, la información del programa puede estar disponible en otros idiomas además del inglés. Para presentar una queja por discriminación al programa, complete el Formulario de queja por discriminación del programa del USDA (AD-3027) que se encuentra en línea en: [http://www.ascr.usda.gov/complaint\\_filing\\_cust.html](http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html) y en cualquier oficina del USDA, o escriba una carta dirigida al USDA y proporcione en la carta toda la información solicitada en el formulario. Para solicitar una copia del formulario de queja, llame al (866) 632-9992. Envíe su formulario o carta completo al USDA a través de:

(1) correo: Departamento de Agricultura de EE. UU.

Oficina del Subsecretario de Derechos Civiles

1400 Avenida Independencia, SW

Washington, DC 20250-9410;

(2) fax: (202) 690-7442; o

(3) correo electrónico: [program.intake@usda.gov](mailto:program.intake@usda.gov).

Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades